



**Handout Workshop
„Emotionale Verbindung schaffen! Angewandte Improvisation im Schulalltag“
10. /11. November 2022 IFEN Luxemburg**

Zunächst möchten wir uns nochmals herzlich für Euer Vertrauen, Mut und Engagement während unseres Workshops bedanken. Wir sehen **Lehrpersonen als ideale Potential-Entfalter** für die Menschen, die unsere Zukunft gestalten werden - jetzige Schüler*innen!

Das vorliegende Handout ist ein Workshop-Auszug. Uns ist bewusst, dass wir im Workshop fast ideale „Laborbedingungen“ hatten und sich nicht alles 1 zu 1 einfach übertragen lässt. Falls Ihr Übungen praktisch einsetzen möchtet, achtet bitte auf eine überlegte Einführung und eine entsprechende Atmosphäre, die vor Übungsbeginn in jedem Fall gesichert sein sollte. **Natürlich könnt ihr die Übungen variieren - besprecht euch untereinander.**

Ich stehe sehr gerne bei Fragen, Unsicherheiten oder allgemeinem Interesse zur Verfügung. Selbstverständlich bieten wir auch eine Vertiefung und Erweiterung des Angebots in einem Folgekurs an!

Über ein persönliches, kleines Feedback freue ich mich natürlich auch.

Kontakt: <http://samtundsonders.de/>

Warm up

Kurze Einführung mit Platzwechsel mini Reflexion

Priming Fragen - mit welchen Fragen kann ich meinen Unterricht eröffnen?

Wir hatten z.B.: Wie sähe mein idealer Gesprächspartner aus (Austausch zu zweit)

Hep Kreis

positive Energie Rasch eine schöne und wichtige Information zum nächsten Partner weiter geben. Ein paar mal laufen lassen und auf Energie achten (ggf. einen mit sehr negativer Energie (mieser Laune o.ä.) einbauen).

Wann habe ich persönlich gute Energie? Was benötige ich dafür? Was kann ich selber dazu beitragen? Wie häufig am Tag/Woche/Jahr bin ich mit positiver Einstellung mit meinen Handlungen verbunden? Bin ich mit Menschen zusammen, die mir Energie geben oder rauben? Was kann ich zukünftig tun, damit es noch besser wird? etc. etc.

Parallel Klatschen

gleichzeitiges Klatschen mit Partner im Kreis weitergeben / Blickkontakt / geht nur gemeinsam

Wenn es im Kreis gut läuft - dann im Kreis unterschiedlich hin und her - ggf. später auch im Raumlauf

Wie klar kommuniziere ich im Alltag? Wie klar bin ich mit meinen Entscheidungen? Wann biete ich mich tatsächlich an? Wann übernehme ich Verantwortung? Was benötige ich persönlich um mit meinem Umfeld verbunden zu sein?

Stuhlstrategie (Verbindung als Gruppe/Einheit)

Stühle wild im Raum verteilt - Platz zwischen den Stühlen. Gruppe soll verhindern, dass „Eindringling“ den einzigen freien Stuhl besetzt. **Safety first!**

Gruppe darf „Eindringling“ nicht im Gang behindern / nur durch besetzten eines leeren Stuhls verhindern / einmal leicht vom Stuhl gelöst, muss ein anderer Platz eingenommen werden/ Stühle werden nicht verrückt

Auswertungsmöglichkeiten - mannigfaltig / eigene Rolle? / Gruppe? Wurde meine Idee aufgegriffen? Habe ich sie überhaupt geäußert? Was lässt sich auf den Alltag übertragen, persönlich bzw. in unserer Gruppe, etc. etc.

Freies Assoziieren

Raumlauf stumm / laut/ im Kreis, allein mit Blatt Papier, Austausch mit Nachbarn, etc. etc.

Bei dieser wirklich wunderbaren und unendlich variablen Übung ruft der Übungsleiter verschiedene Begriffe und jeder assoziiert für sich

Wie kann ich für mich persönlich am besten angstfreie Denkräume schaffen? Wann kann ich am freiesten denken? Was benötige ich um gut mit mir in Verbindung zu sein, um auf ganz neue Gedanken zu kommen?

Ich bin ein Baum

im Kreis

immer drei gehen nacheinander in die Mitte und „bauen Bilder“

- z.B. „Ich bin ein Baum.“, „Ich bin ein Apfel.“, „Ich bin ein Wurm im Apfel.“

Thema öffnen, angstfreie Denkräume schaffen, einfache Sätze sprechen, Verbindung stärkende Übung, Vernetzung Bild und Sprache, gemeinsames und Schaffen, etc.

1-Wort-Brief

Teilnehmer „schreiben“ gemeinsam eine Postkarte / Brief; jeder hat immer nur 1 Wort
Welche Probleme kann es geben? Wann bin ich gut mit meinem Partner verbunden? Wie fühlt es sich an, wenn meine Ideen nicht durchkommen? Wann macht es uns Spaß? Es geht nur gemeinsam!

Ding Ding Ding die „was wäre wenn“ Übung!

Leiter erklärt der Gruppe das Prinzip und macht es mit Ihnen auch praktisch vor.

Freiwilligem wird folgendes außerhalb erklärt:
Sei mutig, experimentierfreudig, einfach machen, nicht denken, vertraue auf die Gruppe, das Geräusch soll Dir helfen. Die Gruppe steht hinter Dir!!

Wie fühlt es sich an, wenn wir als Gruppe miteinander positiv verbunden sind? Was können wir als Gruppe machen, damit wir uns mehr gegenseitig unterstützen?

Viel Spass beim Ausprobieren!

Noch ein paar interessante Hinweise:

<http://frei-wild-berlin.de/improving/> das sind wir..

<https://improwiki.com/de> Übungen ohne Ende

<https://www.youtube.com/watch?v=8i4MVxMHFRA&t=919s> David Precht

https://de.wikipedia.org/wiki/Keith_Johnstone gilt als Gründervater der Improvisation

Hartmut Rosa: Resonanzpädagogik: Wenn es im Klassenzimmer knistert

Hoffnungsvoller Song:



